

Workshop C:

Beratung und Behandlung von
Medienabhängigkeit bei Jugendlichen
und Erwachsenen

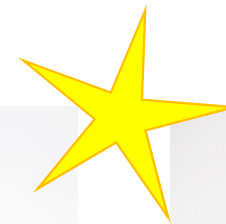




SUCHTHILFE
AACHEN



Herzlich Willkommen



Ankommen

SUCHTHILFE
AACHEN



Ankommen

SUCHTHILFE
AACHEN



14-16 Jahre



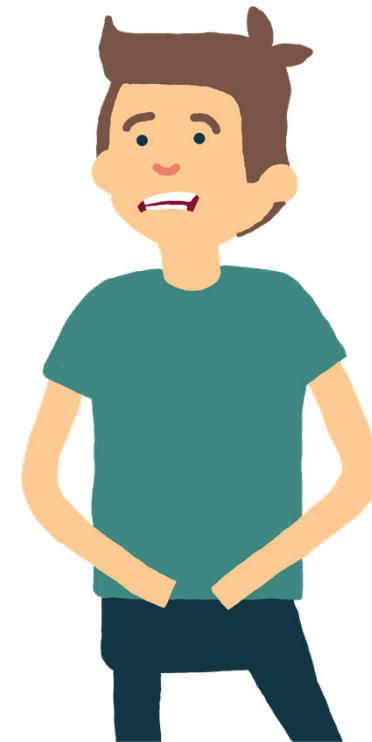
Ankommen

SUCHTHILFE
AACHEN



Offene Sprechstunde

- 19 Jahre, Geboren in Berlin
- 2. Semester Informatik in Aachen
- Pathologischer Mediengebrauch, Online-PC-Spiele
- Prokrastination
- Lebt in WG kaum Soziale Kontakte

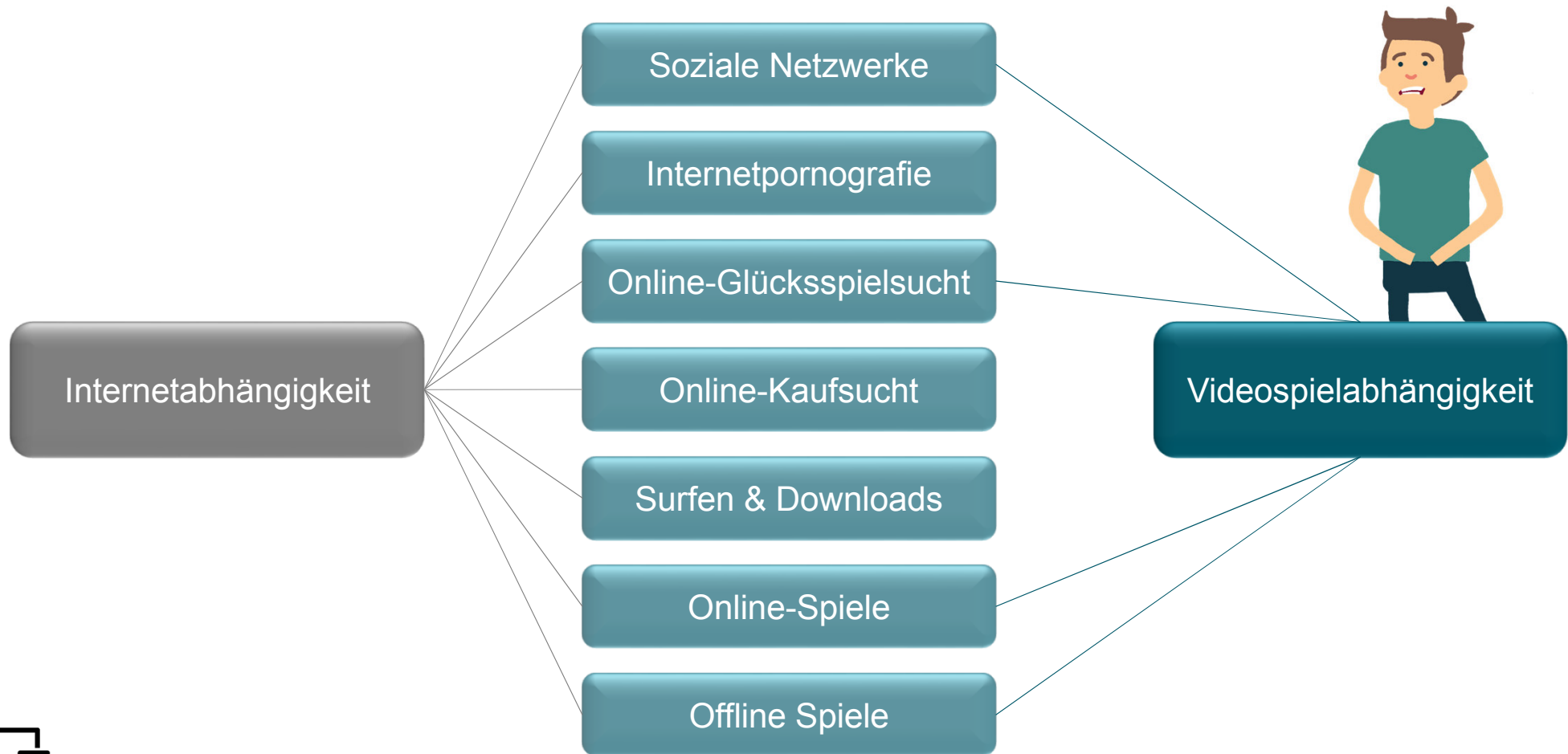


Formen der Abhängigkeit

SUCHTHILFE
AACHEN



Internet- und Videospielabhängigkeit



Ist es wirklich Abhängigkeit?

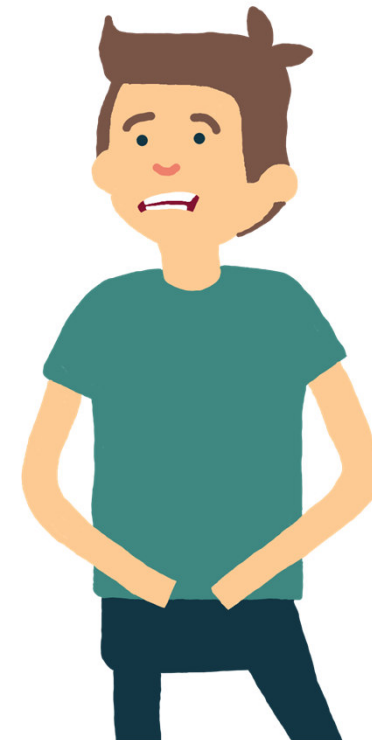
Offene Sprechstunde

Beratung

- 3 Termine
- Diagnostik
- Informationen

Orientierungsgruppe

- Reflexion
- Zieldefinition
- Wahl der Form



Suchtverlauf



Diagnosekriterien

SUCHTHILFE
AACHEN



Diagnosekriterien nach DSM-V

1. Gedankliche Vereinnahmung
2. Entzugerscheinungen
3. Toleranzentwicklung
4. Kontrollverlust
5. Verhaltensbezogene Einengung
6. Fortsetzung, trotz neg. Folgen
7. Lügen / Verheimlichung
8. Dysfunktionale Gefühlsregulation
9. Gefährdung und Verluste



Diagnosekriterien nach ICD-11 (6C51)

1. Kontrollverlust

2. Interessenverlust

3. Fortsetzung, trotz negativer Folgen

(+) funktionale Einschränkungen aufgrund des Konsums



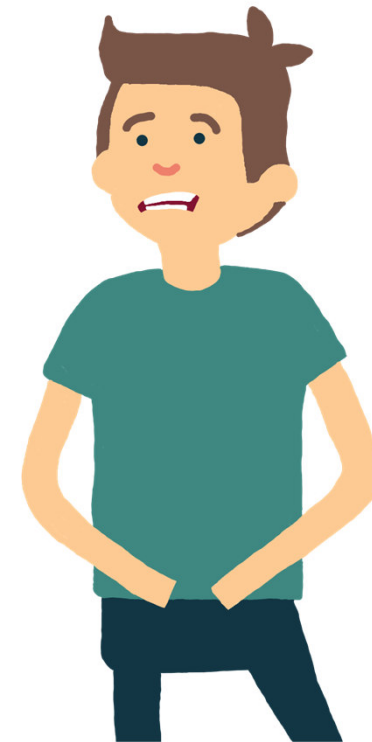
Diagnose am Fallbeispiel

1. Kontrollverlust
2. Interessenverlust
3. Fortsetzung, trotz negativer Folgen
- (+) funktionale Einschränkungen

ICD-11

1. Gedankliche Vereinnahmung
2. Entzugerscheinungen
5. Verhaltensbezogene Einengung
8. Dysfunktionale Gefühlsregulation

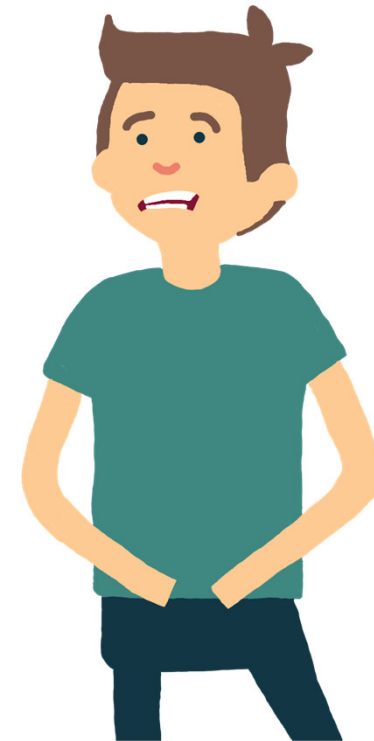
DSM-V



Diagnose am Fallbeispiel – Scoring Test

medizinische Rehabilitation

- Ambulant
- Stationär (Psychosomatik)



Testergebnis: 18 Punkte



Abhängigkeit

SUCHTHILFE
AACHEN



Vulnerabilitätsfaktoren

- Impulsivität
- Neurotizismus
- Mangelnde Selbstkontrolle
- Mangelnde Selbstregulation
- Mangelnde Copingstrategien
- Stresserleben und -verarbeitung
- Erlebte Traumata
- Angst, Einsamkeit
- Genderabhängigkeit:
♂ IGD, ♀ SND
- Komorbide Störungen



Risikofaktoren

- Fehlende Beziehungen und soziale Ressourcen
- Ablehnendes Elternhaus
- Eltern-Kind-Konflikte
- Pubertät und Adoleszenz
- Avatar nutzen
- Mobbing
- Mangelnde finanzielle Ressourcen



Bindungsrelevante Aspekte

SUCHTHILFE
AACHEN



Bindungsrelevante Kriterien

vom Fachverband Medienabhängigkeit

SUCHTHILFE
AACHEN



1. Dauer
2. Frequenz
3. Belohnung
4. Handelssystem
5. Bezahlungssystem
6. Entwicklungspotential
7. Offenheit der Spielewelt
8. Soziale Faktoren



Glossar

- Eskapismus
- E-Sport
- Sunken-Cost-Fellacy
- Lootboxen
- Free2Play
- Let's Plays



Lootboxen - Beispiel

FIFA 2019



© EA SPORTS



Lootboxen - Wirkung



Verfügbarkeit



Wert

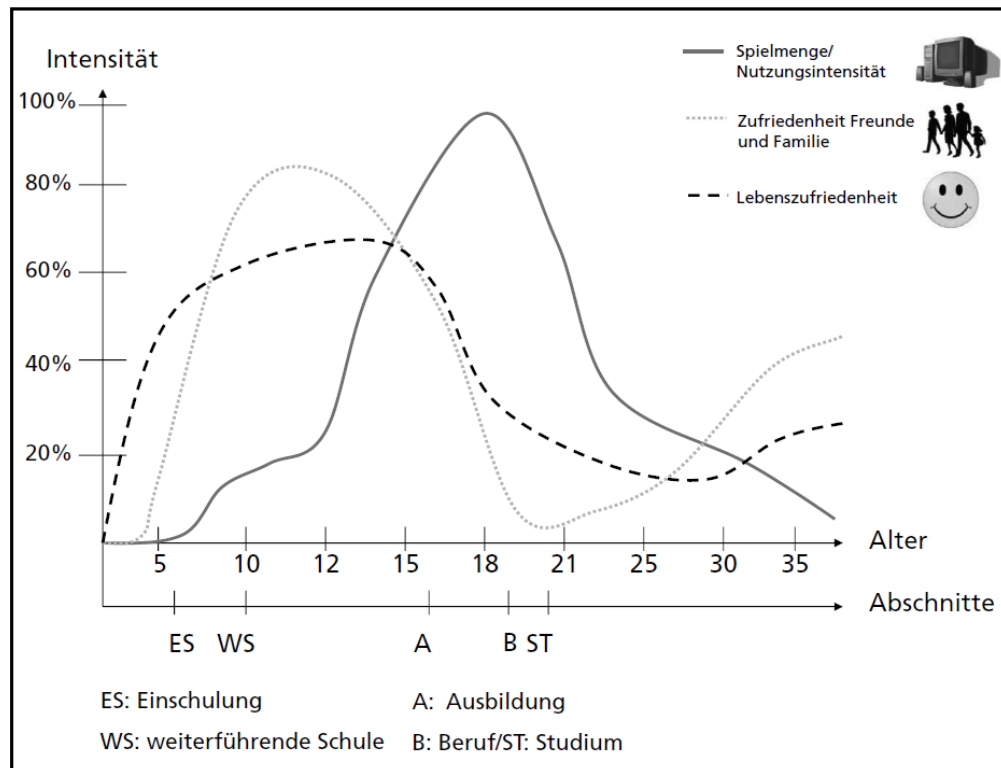


Praktisches

SUCHTHILFE
AACHEN



Entwicklung der Abhängigkeit



Entwicklungsphasen und Medienaffinität





Stimuluskontrolle

- Ablehnungstrainings in Form von Rollenspielen
- Verlegen von Arbeiten am PC an einen Arbeitsplatz ohne Internetanschluss
- Sperren bestimmter Internetseiten
- Verlegen der Internetnutzung



Stimuluskontrolle

- Neuer Standort stationärer Geräte (Laptop, PC)
- Einrichtung einer technischen Zugangssperre oder Zeitbegrenzung (z.B. Kindersicherung)
- Spiele in gemeinsamer Wohnung
- Internetnutzung durch Angehörige



Das Ampelmodell

SUCHTHILFE
AACHEN



Internetprioritäten identifizieren

- 4 Music und Hörbücher streamen (Spotify)
- 1 Kommunikation (Whatsapp, Signal, Telegram)
- 3 Email abfragen (Web.de, Outlook)
- 2 Recherche & Informationen (Tagesschau App, googlenews, Sportnews, Magentasport)



Ampelmodell

Medien

Arte
Magentasport
Brettspiele
Lesen

Twitch
Telegramm
(Pornochannels)
Basketball-Seiten
(albaberein Seite)
Doppelkopf App
Twitter, Instagram, Tik
Tok, Youtube-Shorts
Wikipedia App, Spotify

Steam installieren
Reddit benutzen
Eigenes Netflix-Profil
Minispiele Seite
Twitter App,
Tik tok App,
Youtube App (ohne
Zeitbegrenzung)

Umgang

- Telegram keine Pornochannels
- Zeitl. Begrenzung
- Kein eigenes Profil
- 6 Monate Abstinenz

SUCHTHILFE
AACHEN



Ampelmodell

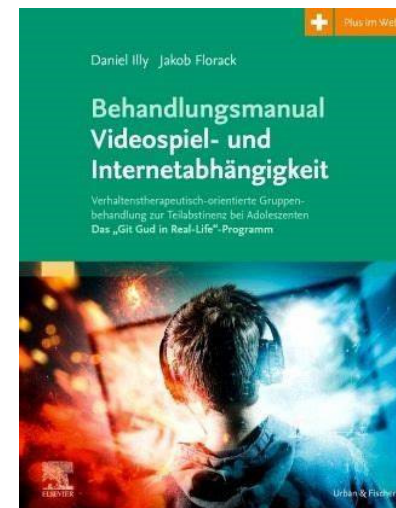
Steam installieren
Reddit benutzen
Eigenes Netflix-Profil
Minispiele Seite
Twitter App, Tik tok
App,
Youtube App

Twitch
Telegramm (Pornochannels)
Basketball-Seiten (albaberlin
Seite, EC, SD-Forum...)
Doppelkopf App
Twitter, Instagram, Tik Tok,
Youtube-Shorts
Wikipedia App
Youtube
Spotify

Arte
Magentasport
Brettspiele
Lesen



Literatur



SUCHTHILFE
AACHEN



Die Suchthilfe Aachen ist ein Referat im Caritasverband Aachen.

Tschüss!

